

## LA SALUD MENTAL DESDE LOS TEXTOS DE FLORENCIA NIGHTINGALE

**Licenciado Ojeda H. David**

Especialista en Salud Mental  
Universidad Nacional Autónoma de México  
Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.  
Universidad Nacional Autónoma de México  
david\_g41@hotmail.com

**Colaboradores:** **Zepeda L. Jonathan:** zepedaleon@yahoo.es; **Felipe M. Lizette,** lizas\_mafl@hotmail.com. Estudiantes del programa de maestría en enfermería. Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia. Universidad Nacional Autónoma de México. **Rosa María Ostigüin Meléndez** Coordinadora del Programa de Maestría en Enfermería, Unidad de Posgrado UNAM omrm2011@gmail.com

Fecha de Recibido:	8 de febrero de 2013
Fecha de Arbitraje:	4 de marzo de 2013
Fecha de Aceptación:	9 de mayo de 2013
Fecha de Corrección del Lenguaje:	15 de junio 2013

### RESUMEN

Con frecuencia cuando se habla de Florence Nightingale, se piensa en la visión romántica de su imagen en un escenario de guerra cuidando de los heridos y se asume su significado para la enfermería de todos los tiempos al establecer medidas generales de lo que debe ser esta disciplina. Hoy por hoy sus textos son, o deberían ser, un referente obligado y tan actual que resulta difícil pensar en iniciar una reflexión de la práctica de enfermería sin considerar su obra. De este modo y en el intento de mostrar que sus escritos son tan vigentes como ayer, los autores hacen una reflexión del tema de la salud mental desde la obra “Notas de enfermería. Qué es y qué no es”, escrito que después de más de un siglo, nos permite descubrir derroteros a seguir dentro de la enfermería hoy llamada contemporánea. Es entonces el presente escrito un acercamiento a los cánones que plantea Nightingale sobre la salud mental, aspecto de relevancia mundial.

**Palabras claves:** Cuidado de Enfermería, Salud Mental, Enfermería Psiquiátrica (Fuente: DeCs, Bireme).

## THE MENTAL HEALTH SINCE FLORENCE NIGHTGALE'S WRITINGS

### ABSTRACT

When referring to Florence Nightingale, people frequently picture a romantic vision of her taking care of the wounded in a war scene, and this is taken in nursing of all times as generally established measures that this discipline should represent. Nowadays, her writings are and should be an essential reference without which it would be difficult to start a reflection on nursing practices. Likewise, in an attempt to show that her writings are as up-to-date as they were before, the authors reflect on the topic of mental health in the piece "Notes on Nursing: What it is and what it is not." After more than one century, this work, allows us to discover the course to follow in what is now referred to as contemporary nursing. This writing indeed constitutes an approach to the standards proposed by Nightingale about mental health, which is of world relevance.

**Key words:** Nursing Care, Mental Health, Psychiatric Nursing (Source: DeCs, Bireme).

## INTRODUCCIÓN

Florence Nightingale se hizo célebre *curando* a heridos durante la guerra de Crimea (1854-1856), además ha sido objeto de estudio como reformadora, estadista, administradora e investigadora dentro y fuera de la enfermería (ENEO, 2009), pero los estudios sobre su influencia en la salud mental han sido escasos.

Entre los 20 y 30 años de edad Florence, tuvo frecuentes conflictos con sus padres que proyectaban el matrimonio para ella, pero logró mantener tenazmente su independencia y seguir una educación universitaria (Lados, 2005).

Nightingale dirigió su atención a la persona, y en sus notas respecto al paciente lo expresa como un individuo, donde la enfermera moderna puede aprender mucho. Ella apreciaba la importancia en la atención de individuos enfermos, y sus frecuentes admoniciones para hacer que el paciente supiera lo que podía esperar, reflejan su interés e implicación en el estado emocional del enfermo; al señalar por ejemplo que la aprensión, incertidumbre, espera, expectación y temor a lo imprevisto hacen al paciente más daño que cualquier otra acción (Nightingale, 1990). Resulta importante destacar la importancia que le atribuyó a la observación, presentándolo como el modo de guiar la práctica, planteamientos que hasta la actualidad son pieza esencial para la atención de las personas con alteraciones mentales (Siles, 1999).

Florence Nightingale, es conocida como precursora de la enfermería a nivel mundial, sin embargo, el aspecto de salud mental desde su legado ha sido poco abordado como tal, por parte de los profesionales de enfermería.

*Notas sobre Enfermería*, considerado por su biógrafo Sir Edward Cook, como el mejor libro y el más conocido de Nightingale (Hernández - Conesa, 1995). Fue publicado en 1859, y a 153 años desde su primera edición, se le puede atribuir el inicio de la profesionalización de los cuidados todo esto con una visión humanista.

Actualmente los problemas de salud mental, van en aumento tanto a nivel mundial, como en nuestro país. Las principales determinantes de este aumento son los aspectos socioeconómicos y ambientales que están relacionados con: la pobreza, la guerra y la desigualdad. Las poblaciones que viven en circunstancias socioeconómicas de pobreza están en mayor riesgo de presentar problemas de salud mental, sufrir depresión y gozar de un bienestar inferior (Patel & Llopis, J., 2005). Este riesgo aumenta en: el desempleado, las víctimas de violencia, los migrantes, los refugiados, las poblaciones indígenas, las mujeres maltratadas, niños y el anciano abandonado. Los problemas de salud mental pueden interferir en la vida cotidiana de las personas tanto en su casa, la escuela o la comunidad y el carecer de la ayuda puede conducir al fracaso escolar, abuso de alcohol al uso de drogas, discordias familiares, violencia o incluso suicidio; procesos en donde el profesional del cuidado podría ofrecer elementos sustantivos.

A nivel mundial se estima que aproximadamente 450 millones de personas padecen un trastorno mental (OMS, 2001). La OMS advierte para el año 2020 que la depresión puede ser la segunda causa de discapacidad en el mundo, sólo por detrás de las enfermedades cardiovasculares. En México se estima que alrededor de 15 millones de personas padecen

algún trastorno mental (Valencia, 2007) y con ello, incrementa la probabilidad de tener discapacidad severa. Los trastornos mentales representan el 13 % de la morbilidad mundial, además de ser una causa importante de ausencia laboral de las personas (OMS, 2012). En el 2003, Vaillant, G. en los Estados Unidos comentó que la salud mental era demasiado importante para ser pasada por alto en el marco de su complejidad, en estos tiempos la salud mental es muy importante en tanto que en ella descansa el desarrollo de la persona y los colectivos.

La OMS describe la *salud mental* como un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS, 2001). Las necesidades de salud mental de las personas y la comunidad piden enfermeros capaces de desarrollar las bases teóricas para la creación e instrumentación de estrategias para afrontar las

complejas necesidades de la atención en salud mental (Roy, 2009). Los cambios globales, los avances en la ciencia y la tecnología, la necesidad de hallar un sentido y un significado en el mundo globalizado, impulsa a las enfermeras a desarrollar nuevos modelos para afrontar las necesidades de salud mental, sin embargo, es importante regresar a lo esencial o lo básico como principio de cualquier modelo contemporáneo en donde Nightingale puede ser un referente para ello.

Así, se parte de reconocer la transcendencia de los escritos de Florence Nightingale y la salud mental, como problema actual, entonces es invaluable reflexionar sobre los atributos del cuidado en esta área, desde el texto de *Notas sobre Enfermería, ¿Qué es y qué no es*.

Al atender al texto referido de Nightingale, se aprecian 3 categorías sobre los cuales plantea la salud mental a saber: a) necesidades, b) intervención y c) ambiente terapéutico, permeados por la observación. (Figura 1)

**Figura 1. Campos de los aspectos de la salud mental desde Florence Nightingale**



Fuente: Ojeda D, Zepeda J, Martínez L, Ostiguin R, 2013

Un elemento fundamental para la enfermería es la observación, misma que señala como el eje sustantivo para el desarrollo del cuidado:

...dada la vital importancia de una observación profunda, nunca debe perderse de vista el fin de la observación. No es para recoger información diversa sobre hechos curiosos, sino para salvar vidas y mejorar la salud y el bienestar. Pero si no puedes conseguir el hábito de la observación de una forma u otra, mejor es que renuncies a ser enfermera, porque no es tu vocación (Nightingale, 1990: XV).

Planteado de este modo y en el entendido de que la observación es un eje que permea los siguientes planteamientos en torno a la salud mental se presentan las tres categorías que los autores proponen en torno a la salud mental desde el texto más clásico de Nightingale.

Un primer aspecto que Florence Nightingale (1990) expone en torno a la salud mental corresponde a las NECESIDADES, mismas que la clasifica en tres puntos: a) Evitar el ruido, b) Respetar punto de vista y c)

Liberación del encierro. En cada uno de ellos señala un propósito y una meta o resultado, por demás orientado y vigente para fortalecer la salud mental; por ejemplo para el rubro Evitar ruido, se vincula con el efecto de disminuir la inquietud y con ello favorecer el descanso (figura 2).

**Figura 2. Necesidades de salud mental durante el cuidado**

<b>Necesidad</b>	<b>a) Evitar Ruido</b>	<b>b) Respetar punto de vista</b>	<b>c) Liberación del encierro</b>
<b>Objetivo</b>	Disminuir inquietud en la mente	Promover la libertad de opinión	Favorecer el contacto con el medioambiente
<b>Resultado</b>	Favorecer descanso y sueño	Autonomía	Mejorar el estado de animo
	<i>“El ruido innecesario o ruido que crea inquietud en la mente, es aquel que daña al paciente”</i> (Nightingale, 1990: 39-40).	<i>“Todo lo que pueda hacer el paciente por sí mismo será mejor para él, de decir tendrá menos ansiedad haciéndolo él mismo”</i> (Nightingale, 1990: 33).	<i>“Los pacientes no es solamente luz lo que quieren, sino luz del sol. El sol no es solamente un pintor, sino también un escultor”</i> (Nightingale, 1990: 82-83).

Fuente: (Ojeda D, Zepeda J, Martínez, Ostiguin R, 2013).

Nightingale (1990) resaltó la importancia del descanso fructífero para la recuperación satisfactoria. Además de la comunicación de situaciones de interés para y con la persona. Así como la necesidad de que realmente se sientan cómodas en el hospital y de esta manera convivan con otros individuos, ya que charlar con alguien más puede suavizar sus ansiedades. Bajo esta perspectiva recupera la segunda categoría:

### Ambiente Terapéutico

El ambiente terapéutico, hace alusión desde los textos de Nightingale, los conceptos de descanso, el abordaje entre iguales y la convivencia entre las personas. Estos elementos señalan, sin duda, premisas fundamentales sobre las cuales es posible construir un ambiente terapéutico dentro de las instituciones de salud actuales y con ello ofrecer un confort mental a los pacientes durante su estancia.

**Figura 3. Ambiente terapéutico de la enfermería en salud mental**

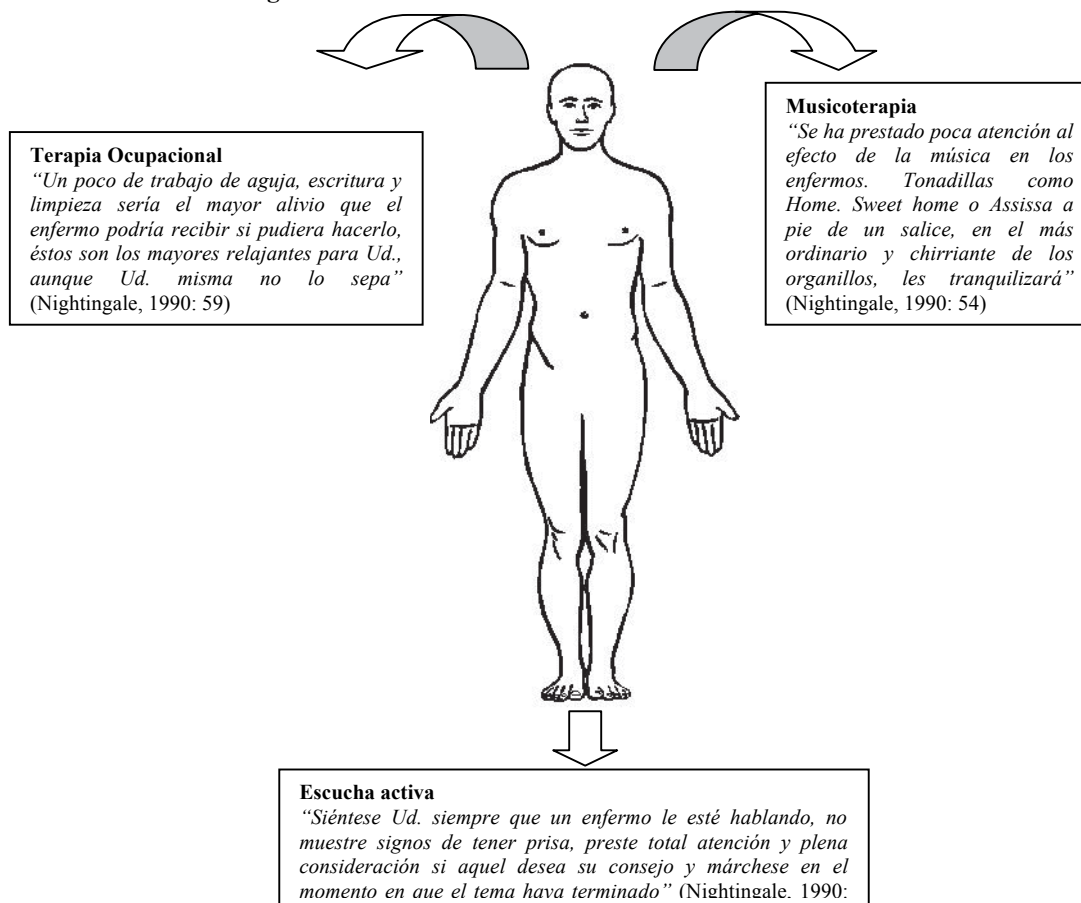
Descanso	Abordaje entre iguales	Convivencia entre las personas
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“No permitir que un paciente sea despertado, intencionadamente u ocasionalmente, le pondrá siempre en un estado de excitación” (Nightingale, 1990: 40).</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Hay que comunicarles intereses reales, no chismes. El enfermo también disfruta intensamente oyendo hablar de algún éxito positivo” (Nightingale, 1990: 102-103).</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Pocos saben que platicar o comer con otros en otras habitaciones, suavizan las ansiedades”, y de lo mucho que se intensifican en aquellos que nunca lo hacen (Nightingale, 1990: 56-57).</i></li> </ul>

Fuente: (Ojeda D, Zepeda J, Martínez L, Ostiguin R, 2013).

Y finalmente como tercera categoría se identifican las INTERVENCIONES (ver figura 4), mismas que se centran en la persona, a través de acciones de carácter lúdico

sobre las cuales se pretende sustentar una estancia menos monótona. Las intervenciones que se reconocen en el texto de Florence son: terapia ocupacional, musicoterapia y escucha activa.

Figura 4. Intervenciones de enfermería en salud mental



Fuente: Ojeda D, Zepeda J, Martínez L, Ostiguin R, 2013

Es innegable que hasta el día de hoy Florence Nightingale a través de sus textos, da directriz para quienes se desarrollan en el campo del cuidado en tanto que sus premisas son base para prodigar su labor aun en la época actual.

Nightingale desde esta obra clásica deja al descubierto que la observación es el eje sobre el cual se desarrolla la salud mental como contexto para el cuidado y reconoce elementos como la *terapia ocupacional*,

*musicoterapia*, *escucha activa* y *descanso* entre otros, como elementos que desde una visión humanista, favorecen el bienestar de la persona para cualquier acto de cuidado y casi podría decir que en cualquier tiempo.



## REFERENCIA BIBLIOGRAFIA

- Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO) (2009). Teorías y modelos de enfermería. Bases teóricas para el cuidado especializado, antología, (2ª ed.) México: (ENEO).
- Hernández & Conesa (1995). *La Historia de la Enfermería. Un análisis histórico de los cuidados de enfermería*. Madrid. España: Mcgraw-Hill.
- Ladios, M. (2005). *El legado de Nightingale*: Educare. 21; 22.
- Nightingale, F.(1990). *Notas sobre enfermería: Qué es y qué no es*. Prefacio a la edición de Dover. México: Salvat.
- Organización Mundial de la Salud (2001). *Informe sobre la salud en el mundo 2001. Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas*. Ginebra: Autor.
- Organización Mundial de la Salud (2001). *Atlas de recursos de salud mental en el mundo*. Ginebra: Autor.
- Organización Mundial de la Salud (2012). *Carga mundial de trastornos mentales y necesidad de que el sector de la salud y el sector social respondan de modo integral y coordinado a escala de país*. (65ª Asamblea Mundial de la Salud. Punto 13.2 del orden del día 25 de mayo). Ginebra. OMS
- Patel V, Llopis E., J. (2005). Pobreza, exclusión social y grupos en desventaja. Intervenciones efectivas y opciones de políticas. Oxford: University Press.
- Siles J. (1999). *La enfermería pre profesional: la larga transición hacia la profesionalización (de finales del siglo XVIII al XX)*. En: *Historia de la Enfermería*. Alicante, España: Aguaclara.
- Roy, C. (2009). Línea de Especialización en Enfermería en Salud Mental. *Revista Presencia*. Julio - diciembre, 5(10).
- Vaillant, G. (2003). Salud mental. *Publicación Americana de Psiquiatría*, 160, 1373-1384.
- Valencia, M. (2007). Trastornos mentales y problemas de salud mental. Día Mundial de la Salud Mental. *Salud Mental*, 30(2), marzo-abril.